平成19年度 健（検）診のご案内

～検診は健康管理へのスタートライン～

あなたは今「健康」ですか？

自分では「健康だ」と思っていても、気づかないうちに病気がじわじわと進行している場合があります。特に、がんや心臓病、脳卒中をはじめとする生活習慣病は初期の自覚症状がほとんどなく、そのため発見が遅れ、気づいた時には手遅れということも少なくありません。

検診は、そんな自覚症状のない病気を早期に発見したり、生活の悪習慣を改善するためのよいチャンスです。

検診は毎年受けて自分の健康状態を把握しましょう

各検診のねらい

基本健診

30歳～65歳未満の方を対象に、脳卒中、心臓病、高血圧、糖尿病などの生活習慣病予防のために行います。

●身体測定、検尿、血圧測定、心電図、血液検査、医師の診察など

介護予防健診

65歳以上の方を対象（平成19年４月１日現在で64歳以上の方）に生活習慣病をはじめ、加齢に伴う運動機能や記憶、社会活動性等の低下を早期に発見するために行います。

●介護予防健診の検査項目には基本健診も含まれます。
（運動機能検査は、検査が必要と判断された方にのみ行います）

●日常生活の状態について詳しく問診を行い、運動機能や栄養状態、口腔機能が低下していないか、また、閉じこもりや認知症、うつの傾向がないかを診断します。

●健診結果によって、地域包括支援センターより介護予防教室への参加をお勧めする場合があります。

大腸がん検診

動物性脂肪の摂り過ぎや、食物繊維の摂取不足といった食生活の欧米化等により、日本でも近年急増しています。

早期発見により、治癒率が高いがんのひとつです。

●あらかじめ郵送された容器に、少量の便を２日分採取して提出します。

胃がん検診

男女ともに多いがんですが、医療技術の進歩によって早期の胃がんは、ほぼ100％治るようになってきています。

●バリウムを飲んで、透視をする検査です。

乳がん検診（マンモグラフィ検診）

乳がんは早期発見、早期治療で完治している例も多いので、定期的に検診を受けましょう。
また、自分で見つけることのできるがんですので、日頃から乳房の自己検診も定期的に行いましょう。
●乳房をプラスチックの板ではさんで、Ｘ線撮影をする検査です。隔年実施です。
●委託機関と調整中のため、申込方法等については決まりしだい広報等に掲載します。

胸部レントゲン検診

胸部レントゲン検診は、結核や肺がん、その他の呼吸器疾患の早期発見のために行われています。
結核は、決して過去の病気ではなく、現在も新しい患者が発生している感染症です。また、肺がんは、日本人のがん死亡率のトップになっています。早期発見、早期治療が大切です。
●あらかじめ決められた地区を検診車が巡回しますので、ご都合の良い検診場所で受診してください。

※子宮がん検診は隔年実施となっています。次回の子宮がん検診は平成20年度に実施します。

検診の申込方法について

平成18年度は各種検診（胸部レントゲン検診を除く）のお申し込みを電話で受付いたしましたが、**平成19年度は、検診希望調査票を各世帯に郵送して希望調査を行います。**
調査票に必要事項をご記入のうえ、期日内に同封の返信用封筒で返信をお願いします。(健康づくり推進課、同山田窓口、同物部窓口にお持ちいただいても結構です)
調査票は、全検診の通知を止められている方以外の方に３月初め頃までに郵送する予定です。同時に胸部レントゲン検診の受診票も送付します。
今まで全検診の通知を止められていた方で、来年度から受診を希望される方は、ご連絡ください。

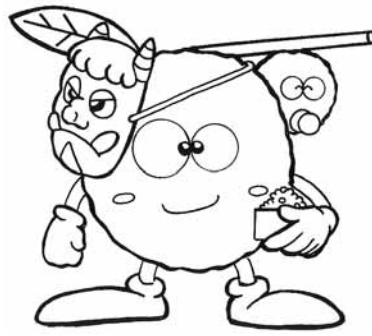
【受診料金】

検　診　名	対　象　者 (平成19年度末年齢)	料　金	備　考
基本健診	３０～６５歳未満の男女	１，０００円	７０歳以上の方は無料
介護予防健診	６５歳以上の男女	１，０００円	
大腸がん検診	４０歳以上の男女	５００円	
胃がん検診		１，０００円	
乳がん検診 (マンモグラフィ検診)	４０歳以上の女性	委託機関と調整中のため、決まりしだい広報等に掲載します。	
胸部レントゲン検診	４０歳以上の男女	２００円	６５歳以上の方は無料

※生活保護世帯の方で、福祉事務所で発行する生活保護受給証明書をお持ちの方は受診料が免除になります。

【問い合わせ先】　健康づくり推進課　(☎５９－３１５１)

年金だより

国民年金保険料の納付は「口座振替」で前納がお得です

１年前納（４月～翌年３月分）および６カ月前納（４月～９月分・10月～翌年３月分）は、「口座振替」をご利用いただくと、納付書（現金）で前納するよりも割引額が高く、さらにお得になります。

◆月々の納付も口座振替の「早割」ならお得です

口座振替による毎月納付の場合、通常の振替日は翌月末ですが、当月末振替の「早割」をご利用いただくと、保険料が割引となりお得です。

ただし、「早割」の場合、初回振替の際は原則２カ月分（前月分と当月分）を振替させていただくことになりますが、割引されるのは当月分からの保険料となります。

《参考》　平成18年度割引額

	現　金　納　付	口　座　振　替
毎　月　納　付	割引なし	５０円 （早割を利用した場合のみ）
６カ月前納	６８０円	９４０円
１　年　前　納	２，９５０円	３，４９０円

◆口座振替の申込方法

年金手帳または納付書、預（貯）金通帳、預（貯）金通帳のお届け印を持って、金融機関や郵便局または南国社会保険事務所までお申し込みください。

なお、口座振替による一年前納および６カ月前納（４月～９月分）は、４月末日（今年は休日のため５月１日）の引き落としとなります。

そのため、３月中に社会保険事務所で事前登録をする必要がありますので、希望される方はお早めに直接南国社会保険事務所または金融機関までお申し込みください。

※すでに口座振替で前納をされている方につきましては、あらためてお申し込みいただく必要はありません。

平成19年度の割引額等につきましては、南国社会保険事務所までお問い合わせください。

◆２月の休日・時間外の年金相談

○年金相談の受付時間延長

２月13日（火）は、県内４つの社会保険事務所で、年金相談の受付時間を19時まで延長しています。

また、高知東社会保険事務所では、毎週月曜日に年金相談の受付時間を19時まで延長しています。

○第２土曜日は年金相談日

２月10日（土）は、県内４つの社会保険事務所で、９時30分から16時まで年金相談を行っています。通常より混雑も少ないですのでお気軽にご利用ください。

○年金相談の予約

県内の社会保険事務所では、第２土曜日、時間外年金相談の日につきましては、１カ月前から電話による予約を受付けしていますので、お気軽にご利用ください。

【問い合わせ先】
・保険課医療年金係
☎53－３１１５（直通）
・南国社会保険事務所
☎０８８－８６４－１１１１